الموسوعة

الرياضية الميسرة

ـ ٢٥ ـ

الاســـكواش

إعداد

د٠ إسماعيل عبد الفتاح عبد الكافي

دار الكتاب المصري
القاهرة

دار الكتاب اللبناني
بيروت

رقم الإيداع :

I.S.B.N

دار الكتاب المصري
٣٣ سارع قصر النيل تليفون : ٣٩٢٢١٦٨ /٣٩٣٤٣٠١/٣٩٢٤٦١٤
القاهرة ص.ب ١٥٦ عتبة الرمز البريدي ١١٥١١ برقياكتا مصر ـ القاهرة
فاكسيملي ٣٩٢٤٦٥٧(٢٠٢)
Cairo , Att: M. Hassan El-Zein ٣٩٢٤٦٥٦Fax:(202)

دار الكتاب اللبناني
شارع مدام كوري ـ تجاه فندق بريستول ـ بيروت
بيروت تليفون ٧٣٥٧٣٢ / ٧٤٥٧٣١ ص.ب ١١ـ٨٣٣٠
بيروت – لبنان . برقيا داكلبان – فاكسيملي ٣٥١٤٣٣(٩٦١١)
Fax:(9611) 351433 Birut , Att: M. Hassan El-Zein

طبعة مزيدة ومنقحة
الطبعة الثالثة

١٤٢٩هـ / ٢٠٠٨م

Third Edition

A.D.2008JH1429

Web Site: www.daralkitabalmasri.com
E-mail: info@daralkitabalmasri.com

ما هو الاسكواش؟

هو لعبة أو رياضة تتطلب سُرعة التَّرْكيز ودقَّة التوجيه، مع اللياقة البدنية العالية.

والاسكواش يُعَدُّ ثاني أسرع لعبة في العالم بعد رياضة " البلوتو".

وترجع أهمية رياضة الإسكواش إلى أنها تُلْعَبُ في حَيِّزٍ ضَيِّق، وبالتالي فلابد من التركيز حتى يمكن الهروب من الأخطاء التي تقع أثناء اللعب مع شخص آخر، وهذا يحتاج إلى سرعة رد الفعل وسرعة البديهة.

والاسكواش لعبة من لعبات السادة المُهَذَّبين، مثل رياضات الفروسية والشيش والتنس.

ولاعب الإسكواش لابد أن يكون على مستوى عالٍ من اللِّياقة البدنية والفنية، والذهنية.

ورياضَةُ " الاسكواش" تحتاج إلى مَلَكَّة التركيز الشديد، فإذا ضاع التركيز سهُلَت الهزيمة في اللِّعب.

والاسكواش لعبة هامة من حيث :

- يستطيع الإنسان أن يؤديها بمفرده..
- ويمكن أن يؤديها لاعبان...

وتتم لعبة الاسكواش في قاعة وبأدوات تتميز بما يلي :

- لها أربعة حوائط..
- وبمضرب طويل اليد..
- وكرة صغيرة من المطاط ...

وتُلْعَب هذه الرياضة بنفس طريقة كرة المضرب " الريكيت" ولكن .. تختلف عنها أنها تتم في قاعة أصغر من قاعة " الريكيت" وبِكُرة أخف وأرق.

أما عن قواعد لعبة الاسكواش:

فهي في معظمها مثل قواعد كرة المضرب " الريكيت" ولكن طريقة تسجيل الأهداف مختلفة.

تاريخ لعبة " الإسكواش"

نشأت هذه اللعبة في منتصف القرن التاسع عشر، وقد سبقتها لعبة كرة " الريكيت"، ولذلك أخذت لعبة الاسكواش بعض قواعد لعبة " الريكيت " ...

ونشأت اللعبة في مدرسة " هارو " في بريطانيا ، حيث كان الطلاب الذين يُحِبُون لعب كرة الريكيت يجدون: قاعة " الريكيت " مشغولة باللعب، أو بتدريب الآخرين، فكانوا يتدربون بضرب كرة من المطاط الهندي على الحائط، فترتد عندما تصطدم بذلك الحائط فيعيدون ضربها مرة أخرى.

وفي الموسوعة البريطانية نجد أن رياضة " الاسكواش" انتشرت كلعبة مستقلة في عام ١٨٩٠ ميلادية، حيث إنه في نهاية القرن التاسع عشر كانت كل مدرسة تمتلك قاعة لِلَعب " الريكيت" ، وكانت هذه القاعة يتم اللعب فيها بكرة مطاط لينة " طرية".

وفي تسعينات القرن الماضي أقيمت قاعات خاصة للإسكواش، ثم بدأت قواعد لعبة الإسكواش في الظهور في بداية القرن العشرين وانتشرت اللعبة في كل النوادي البريطانية.

ولكن، كان انتشار اللعبة يتم ببطء شديد، حتى انتهت الحرب العالمية الأولى، فانتشرت اللعبة بسرعة، وأصبحت أكثر شعبية من الكرة الأساسية " كرة المضرب".

ثم تم بناء قاعات عديدة في الأندية والمدارس والجامعات، ووضعت للإسكواش بعض القواعد.

وتمت إقامة الاتحاد القومي الإنجليزي للإسكواش في بداية هذا القرن، ثم تم تحديد أبعاد قاعة لعب الإسكواش، ثم تم تحديد القواعد الخاصة بالكُرة والمضرب، حتى تمت إقامة لعبة الإسكواش بنظام على مستوى إنجلترا كلها.

وبدأت الدورات والمباريات الرسمية للحصول على بطولات الإسكواش: فبدأت بطولة المحترفين عام ١٩٢٠م، ثم بطولة الهواة للرجال والنساء عام ١٩٢٢م، ثم أُقيمت البطولة المفتوحة في عام ١٩٣٠م.

وأيضاً بدأ التنافس التقليدي على بطولة اللعبة بين إنجلترا والولايات المتحدة، حيث تم إرسال أول فريق إنجليزي للإسكواش لِلَعب في الولايات المتحدة عام ١٩٢٤م. وفاز أحد أفراد الفريق الإنجليزي بالكأس الأمريكي في الإسكواش، وهو الكابتن: جيرالد روبارتس.

وسَرعان ما أَثِّرت الخلافات السياسية على تبادل رياضة الاسكواش، كما كان هناك اختلافاً بين الولايات المتحدة وبريطانيا بشأن الكرة ووزنها وحجمها، وكذلك مساحة قاعة اللعب، وفي طــرق تــسجيل الــنقط والأهداف.

ويرجع سبب الخلاف إلى أن اللعبة في الولايات المتحدة كانت في البداية عبارة عن التــنس ، وكانــت تَسْتَعمل كرة تنس ومضرب تنس، ولم يتم التحول إلى استخدام كرة لينة وطرية من المطاط إلا فــي عــام ١٩١٥م ،وذلك عندما استُعْمِلَتْ كرة من المطاط الهندي ، ومضرب ذو يد طويلة ، ورأس صغير مستدير.

ومع ذلك، كانت تلك بدايات الإسكواش...

ولم يبدأ الإسكواش الحقيقي بداية أصلية إلا في " فلادليفيا" وقد اختفى التنس الإسكواشي من معظــم مدن أمريكا، ولم يَعُــد يُمَارَسُ إلا في مدينة " نيويورك" فقطُ.

وهكذا انتشرت لعبة " الاسكواش" من إنجلترا إلى كافة بلدان الإمبراطورية البريطانيــة، مثــل كنــدا، والهند، وأستراليا، ونيوزيلندا، وجنوب أفريقيا.

ويُلْعَبُ " الاسكواش " اليوم في حوالي ٤٠ دولة في العالم، منها أغلب الدول الأوروبيــة ، مثــل فرنــسا، وألمانيا الغربية، والدنمرك ، والسويد، وبلجيكا، وهولندا، وهناك دول أخرى مثل : مــصر ، والمكــسيك، وباكستان، والهند ، وتايلاند ، وهونج كونج ، وكينيا، ونيوزيلندا.

وتم إنشاء الاتحاد الدولي للإسكواش، حيث يقوم بتشجيع اللعبة كما يُشْرِف على تنظيم البطولات بــين الدول.

ويقوم الاتحاد الدولي بالموافقة على إقامة المسابقات الدولية في مختلف الدول، وخصوصاً المــسابقات المعتمدة التي تُعْقَد تحت إشراف الاتحاد الدولي ، ويعتمد الاتحاد نتائجها في تصنيفاته المختلفة.

ومن أهم بطولات الاسكواش حالياً بطولات : الأساتذة التي تنعقد في منــاطق عديــدة منهــا الغردقــة بمصر، حيث يتبارى كبار اللاعبين المصنفين عالمياً في هذه المسابقة.

ومن البطولات العالمية : بطولة إنجلترا المفتوحة للإسكواش، وبطولة الأهرام الدولية ، وغيرها..

ويقوم الاتحاد الدولي بمنح اللاعبين الفائزين في المسابقات العالمية درجات، ويضعهم فــي تــصنيف دولي كل ثلاثة أشهر، حتى يَعْرِف اللاعب ترتيبه العالمي، ويسعى لتحسين موقعه بين أبطال العــالم فــي الاسكواش.

أدوات اللعب

يحتاج "الاسكواش " إلى أدوات لكي تُؤَدَّى بها اللُّعْبَةُ، مثل الكـــرة والمـــضرب، وملابـــس اللاعبـــين ، ومواصفاتها كالآتي :

أولاً الكرة:

كرة " الاسكواش" عبارة عن كتلة مطاطية من المطاط الطري الليِّن، وهي كرة كاملة الاستدارة.

ومن شروط كرة " الاسكواش" :

ــ ألا يَقِلَّ وزنها عن ٢٣,٣ جراماً ولا يزيد وزنها عن ٢٤,٦ جراماً ...

ــ أما عن قُطر الكرة، فمن شروط الكرة ألا يقل عن ٣٩,٥مم ولا يزيد عن ٤١,٥مم .

ــ كما يشترط الاتحاد الدولي للإسكواش أن تكون نوعية مطاط الكرة من نمط متوافـــق مـــع المطـــاط العالمي، وفقاً للنموذج المعد هناك من المطاط الهندي اللين.

ــ وهكذا فالكرة ــ في لعبة الإسكواش ، صغيرة وخفيفة ومستديرة...

ــ ولكن .. فالكرة الأمريكية للإسكواش أكبر حجماً من الكرة المستخدمة في الاتحاد الدولي .

ثانياً المضرب:

المضرب هو الأداة التي يتم بها لعب الكرة في " الاسكواش" والتنس ، وألعاب كرة المـــضرب كافـــة ، ومضرب " الاسكواش" نفسه يشبه المضرب المستعمل في لعبة " الريكيت " ولكنه أقـــصر قلـــيلاً ، وكـــذلك يختلف المضرب الأمريكي عن المضرب الإنجليزي في أنه : ثقيل إلى حدٍّ ما.

والمضرب في قانون الاتحاد الدولي للإسكواش لابد له من المواصفات الآتية:

ــ طوله النهائي ٦٨٥مم (أو ٢٧ بوصة).

ــ أكبر وزن ممكن للمضرب ٢٥٥ جراماً .

ــ يُصنع المضرب من خشب أو مطاط.

ــ يد المضرب لابد أ، يكون سُمْكُها ٩مم.

ــ إطار رأس المضرب أقصى سمك له ١٤ مم ، ولا يقل عن ٩مم.

ــ عُمْق رأس المضرب لا يـــزيد عن ٢٠مم ، ولا يقل كذلك عن ١٢مم.

ــ شَبَكِة المضرب تكون من النايلون، أو أي مادة بديلة، ولا يُستخدم أي معدن في صنعه.

ثالثاً ملابس اللاعبين:

يُحدد ملابس اللاعبين مُنظمو اللعب، وعادة ما تكون من:

ـ فانلة بيضاء أو من لون فاتح خفيف.

ـ شورت أبيض أو مصنوع من أي لون فاتح جداً .

ـ حذاء اللاعبين: مصنوع من الكاوتش أو الجلد ، ويجب أن يغلب عليه طابع البياض.

صالة اللعب

تسمى : صالة ، أو قاعة ، أو مكان الْلَّعِب.

والصالة المعيارية للِّعِبِ في " الاسكواش" تخضع لنظام دقيق، ولذلك فهي كالآتي:

ــ الصالة عبارة عن مدرجات وقاعة اللعب.

ــ قاعة اللعب تتكون من أربعة حوائط وأرضية.

ــ الحائط الرئيسي : هو الحائط الذي تلعب إليه الكرة ، وهو يتصف بالآتي:

*** ارتفاعه ١٥ قدماً، وعرضه عرض القاعة ٢١قدمًا .**

*** ينقسم إلى ثلاثة أجزاء رأسية، وبذلك يتكون من ثلاثة مستطيلات أُفقية.**

*** أول خط على ارتفاع قدم واحدة، وهو خط البورد (Board).**

*** الخط الثاني هو خط اللعب ، وهو فوق خط البورد بست أقدام.**

- **والخط الثالث يسمى خط " السيرفيس" وهو فوق خط اللعب بـــ ٦أقدام.**
- **ثم خط النهاية العلوي.**

ــ أما أرضية الصالة فإنها كالآتي:

*** شكلها العام على هيئة مستطيل طوله ٣٢ قدماً، وعرضه ٢١ قدماً ، وينقسم إلى جزأين :**

أمامي مستطيل طوله ١٨ قدماً، وعرضه ٢١ قدماً

والآخر خلفي، مستطيل طوله ١٤ قدماً وعرضه ٢١ قدماً .

*** ينقسم المستطيل الخلفي إلى جزأين، أو نصفين متساويين، بواسطة خــط نــصف القاعــة، ويصبح كل مستطيل طوله ١٤ قدماً وعرضه ١٠,٥ أقدام.**

*** يوجد في كل نصف مستطيل خلفي (نصف قاعة أيمن ، ونصف قاعة أيسر) مربعــان فـــي الجانب الأمامي الأيمن والأيسر من كل نصف قاعة، طول ضلع كل مربــع ٥ أقــدام ، مُخصــصة لوقوف اللاعبين عليها.**

ــ توجد حوائط ثلاثة أخرى من الخشب أو من أي مُركب عضوي أو كيميائي. وغير مُقَسَّمة.

ــ القاعة يمكن أن يكون لها سقف أو لا يكون.

ــ على الحائط الأمامي " حائط اللعب" لوحة تسمى اللوحة الناطقة Tell Tale وهي عبــارة عــن شريط من لوح معدني، أو من أي مادة أخرى ذات رنين...

فائدة اللوحة الناطقة في الملعب : أنها تعطي صوتاً واضحاً عندما تصطدم الكرة بالحائط الأمــامي ، وعند ذلك تكون خارج الحدود.

ملاحظة هامة:

قاعـــــــــة " الاسكواش" الأمريكية أضيق بكثير من قاعـــة " الاسكواش" المعيارية" التـــي حـــددها الاتحاد الدولي، فاتساع قاعة " الاسكواش" الأمريكية يكون عرضها ١٨ قدماً و٦بوصات على حـــين أن عرض القاعة المعيارية يكون ٢١ قدماً .

القواعد الدولية

للعبة الاسكواش

تم وضع اللائحة التنفيذية للقانون الدولي للعبة " الاسكواش" بواسطة الاتحاد الدولي للإسكواش في عام ١٩٨٤ميلادية، على أن تُنَفَّذَ اعتباراً من عام ١٩٨٥ميلادية ، وذلك بهدف توحيد أصول اللعب ومميزاته وطريقته في العالم كله، وما زالت هذه اللائحة معمولاً بها حتى الآن ، ومن هذه القواعد:

أولاً: اللْعبة:

تجرى المباراة بين لاعبين، أي يؤدي المباراة لاعبان فقط، ويستخدم كُل منهما مضرباً وكرة "كما سبق أن أشرنا" ... على أن تُقام المباراة في صالة أو قاعة مُشَيَّدة أو مُقامة وفقاً للأبعاد المعيارية القياسية التي سبق ذكرها .

ثانياً ــ تسجيل الأهداف:

تتكون المباراة من :

ــ ثلاثة أشواط أو من خمسة أشواط، ويُحَدَّد عدد الأشواط منظمو المباريات والدورات...

ــ وكل شوط يتكون من ٩نقاط، لابد أن يحصل عليها اللاعبُ ليفوز على خصمه ، فاللاعب الذي يسجل ٩ نقاط قبل اللاعب الآخر، يكسب الشوط.

ــ أمَّا في حالة التعادل ٨/٨ بين اللاعبين للمرة الأولى، فإن الذي سيتلقى الكرة (المستقبل) هو الذي يُختار قبل بدء اللعب أن يستمر اللعب إلى ٩ أو ١٠ نقاط.

ــ وبعد التعادل ٨/٨ يصبح مَنْ يسجل نقطتين عن خصمه، أو قبل خصمه ، فائزاً بهذا الشوط ...

ولذلك حدد القانون أن يقوم اللاعب باختيار صريح لنهاية الشوط عند ٩ نقاط أو عند أكثر من ذلك، وأن يُبَلِّغَ ذلك للحكم وللخصم وحامل الراية، ويقوم حامل الراية بإعلان الاختيار على الجميع.

ثالثاً ــ كيفية تسجيل النقاط:

هُناك الرَّامِي، وهو الذي يبدأ " السيرف" أي يبدأ " ضربة الإرسال" وهناك المُستقبل أو المُتَلقي ، ولا تحتسب النقطة في هذه الحالة للمتلقي ، بل يُصبح هو الرامي، أي أن الرامي هو الذي يفوز بالنقط وليس المُتلقي، وإذا أخطأ تنتقل ضربة الإرسال إلى الخصم ، ويصبح هو المستقبل، ولا تحتسب له أي نقطة إلا بعد عودة ضربة الإرسال له.

رابعاً ــ ضربة الإرسال:

تُسَمى " السيرف " وهي ضربة تكون في يد اللاعب الرامي ، أي لابد أن تعقبها تسجيل النقاط.

أما حق البدء في المباراة عند اللعب فَيتم بِالْقُرعة أو بأي طريقة أخرى ، أما عند بداية الشوط الثاني أو الثالث فإن الفائز بالشوط السابق هو الذي يبدأ بضربة الإرسال في الشوط التالي.

وكذلك عند بداية أي لعبة، أو أي شوط ، فإن اللاعب " الرامي" له الحق في اختيار أي مربع ليبدأ منه، وبعدها يُمكن أن يلعب من أي مربع آخر مادام هو الرامي.

ومع ذلك، فإذا قام الرامي بخطأ ما، ولم يحاول المتلقي أن يرد، أو إذا انتهت اللعبة فإن الرامي يبدأ من نفس المربع .

وإذا بدأ الرامي من مربع خطأ، فإن اللعبة تستمر حتى اكتشاف الخطأ، وتحتسب النتيجة كاملة، وعلى حامل الراية تصحيح أماكن اللاعبين فور اكتشاف الخطأ.

وضربة الإرسال لها شروط لكي تكون صحيحة :

ـ فهي لكي تكون ضربة صحيحة لابد ألا يكون هناك خطأ من القدم، وأن تقذف الكرة في الهواء أولاً ، وألا تصيب الكرة الحوائط ، أو الأرض ، أو السقف، أو أي أشياء أخرى في السقف، أو في الحائط ...

ـ ويجب أن تُضرب مباشرة لتَصُدَّ في الحائط الأمامي ...

ـ ويجب أن تكون في المنطقة الواقعة بين الخط القاطع وخط التماس.

ـ ويشترط أن تكون ضربة الكرة قوية، بحيث تعود الكرة إلى الأرض في الربع الخلفي من القاعة المواجه لمربع الرَّامي.

ـ أما إذا قذف الرَّامي الكرة في الهواء ولم يحاول أن يضربها، فإنها تُعاد مرة ثانية.

ـ وفي حالة اللاعب الذي يستخدم ذراعاً واحدة (المعوق) فيمكنه أن يستخدم المضرب لقذف الكرة في الهواء ، وذلك قبل ضربها إلى الحائط الأمامي.

وتحتسب ضربة الإرسال خطأ في الحالات التالية:

ـ إذا لم يضع اللاعب جزءاً من قدمه ملاصقًا للأرض (فلا يجب أن يكون اللاعب في موضع قفز أبدًا) ...

وذلك عند لحظة ضرب الكرة ، وكذلك عندما لا يكون هذا جزءاً من هذه القدم يلامس خط صندوق اللعب .

ـ ضرورة ألا يلمس خط التماس، أي جزء من القدم ، ولكن يمكن أن تكون مقدمة القدم في الهواء على خط التماس، وأن يكون كعب القدم ملاصقاً للأرض.

ـ تحتسب ضربة الإرسال خطأ أيضاً إذا لُعبت فوق أو تحت خط القطع.

ـ جميع الأخطاء إذا وقعت في وقت واحد تُحتسب خطأً واحداً فقط ...

ويخسر اللاعب ضربة الإرسال في الحالات التالية:

ـ إذا قام بضربة الكرة ضربتين متتاليتين متعاقبتين .

ـ إذا لمست الكرة الحوائط أو الأرضية أو سقف القاعة أو أي أشياء مُعَلَّقة على الحوائط، مُـدَلاة من السقف قبل أن يضربها اللاعب.

ـ إذا حاول اللاعب ضرب الكرة ولكنه لم يُصِبها وجاءت الضربة في الهواء وسقطت الكرة.

ـ إذا أعلن الحَكَم أن الكرة لم تُضْرَبْ بطريقة سليمة.

ـ إذا جاءت ضربة الإرسال على منطقة " البورد" أو أسفل منها، أو خارج الخط، أو في مواجهـة أي جزء آخر من القاعة غير الحائط الأمامي.

إذا لمست الكرة الضارب أو أي شيء يلبسه أو يحمله قبل أن يضربها المتلقي، سواء أكانت هـذه الضربة سليمة أم خطأ.

خامساً ــ اللْعِب:

تتم لعبة " الاسكواش" بطرقة تبادلية ، الرامي ثم المُستقبل أو المُتلقى، فالرامي مرة ثانية وهكذا . ويتم اللعب بطرقة تبادلية حتى يُخطئ أي من اللاعبين في القيام برد الكرة بطريقة سليمة، ففـي هـذه الحالـة تتوقف الكرة ، أو يوقفها حامل الراية أو الحَكَم .

سادساً ــ الرَّدُّ السَّليم :

يكون رَدُّ الكرة سليماً إذا لعبت بواسـطة الضارب إلى الحائـط الأمامي فوق خط ال " بورد Board" قبل أن تلمس الأرض، أو قبل أن تلمس أي جزء من جسم اللاعـب، أو ملابسه أو مضربه.

ويقوم المُستقبل أو المُتلقي بِرَدّ الكرة إلى الحائط الأمامي إذا كانت ضربة الإرسال سليمة.

سابعاً: الضربات وطريقة قذف الكرة:

كيف يكسب اللاعب الضربات؟

يستطيع اللاعب أن يكسب الضربات في الحالات التالية وخصوصاً ضربات الإرسال:

ـ عندما يكون اللاعب هو المتلقي للكرة، فيستطيع حين ذاك أن يكسب ضربة الإرسال ليبدأ هـو اللعب .

ـ إذا أخفق الخصم أو أخطأ في القيام برد صحيح للكرة في ضربة الإرسال أو في اللعب التبـادلي بعد ضربة الإرسال، إلا إذا احتسب الحَكَم الضربة للخصم، أو أحتُسبت اللعبة غير مقصودة .

ـ إذا لَمست الكرة الخصم ،أو أي شيء يرتديه أو يحمله ، عندما لا يكون الخصم هو الرامي.

ـ إذا أعطاه الحَكَم الضربة واحتسبها لصالحه .

ـ إذا أصاب الخصم بالكرة أو تفوه بألفاظ غير مقبولة في أثناء اللعب.

ثامناً ــ اختلاف قواعد اللعب:

كما سبق أن أوضحنا أن الولايات المتحدة تُخالف طريقة اللعب العالمية، وهناك من يلعب فـــي عالمنـــا العربي على الطريقة الأمريكية، وذلك الاختلاف يتضح مما يلي :

ــ فإذا كانت نقاط كل شوط هي ٩ نقط للفائز ــ إلا إذا تعادل اللاعبان ٨/٨ ــ فإن فـــي الولايـــات المتحدة الأمريكية نجد أن كل شوط يتكون من ١٥ نقطة...

ــ وتُسجل كل نقطة للاعب، بدون ضربات إرسال..

ــ وعند التعادل ١٣/١٣ لكل من اللاعبين . يمكن إضافة ٥ نقط للمباراة، ليصبح كل شوط مـــن ١٨ نقطة، أو يمكن إضافة ٣ نقاط ليصبح كل شوط من ١٦ نقطة، حسب موافقة اللاعبين.

ــ وهناك اختلافات أخرى بين " الإسكواش" الأمريكي و" الإسكواش" العالمي، مثـــل وزن المضرب ، وشكل ووزن الكرة، ومقاييس قاعة لعب الاسكواش ، وقد أوضحنا ذلك مفـــسراً مـــن قبل.

العقوبات في رياضة الاسكواش

هناك العديد من الأخطاء التي يقع فيها لاعب " الاسكواش" وكل خطأ له عقوبة معينة، وهذه العقوبات تتدرج من :

- تحذير من الحكم.
- إعطاء الضربة للخصم أو لصالح الخصم.
- إعطاء نقطة لصالح الخصم.
- احتساب المباراة كلها لصالح الخصم .

وتتقرر العقوبات إذا وَجَد الحَكَمُ أنّ سلوك اللاعب غير سَوِي، أو رأي الحكم أن سلوك اللاعب عدواني بالنسبة للخصم، أو بالنسبة للمشاهدين والمتفرجين ، أو بالنسبة للمسئولين داخل أرض الملعب ، وكذلك إذا تحدث بأسلوب غير لائق مع الحَكَم ، أو مع حامل الراية.

وكذلك يُعاقب اللاعب بإحدى العقوبات السابقة ، إذا لمس خصمه بجسمه بطريقة غير ضرورية ،أي احتك بالخصم احتكاكاً مباشراً، وفي هذه الحالة ، يستطيع الحكم أن يوقف المباراة ويحتسب نتيجتها للخصم.

ميثاق شرف لاعبي الاسكواش

للعبة " الاسكواش" قواعد أخلاقية وميثاق شرف، ولابد من الخضوع لها مثل:

ـ من يخــــــرج عن حدود اللياقة من اللاعبين سواء مع الخصم، أو حامل الراية ، أو الحكــم، أو يأتي بأفعال تَمِسْ المشاهدين، فإنه يخضع للعقوبات التي يُقررها الحكم.

ـ يخضع للعقوبات أيضاً اللاعب الذي يرفض كلام حامل الراية أو الحَكَم أو الرسميين، أو يستخدم لغة خارجة مع هؤلاء .

ـ يخضع للعقوبات الفنية اللاعب الذي يُسِيء إلى المُعدات أو إلى صالة اللعب.

ـ يخضع للعقوبات اللاعب الذي لم يستكمل المباراة حتى النهاية، مهما كانت النتيجة.

ـ ويخضع للعقوبات أيضاً اللاعب الذي يرفض أن يقابل الصحافة بعد المباراة أو يُحــدثهم حــديثاً غير لائق.

أشهر لاعبي الإسكواش في العالم

من مشاهير لاعبي " الاسكواش" في العالم خلال الفترة الماضية:

ـ " عمر بيه" وهو هاوٍ مصري، فاز بألقاب بريطانية عديدة في الثلاثينيات من القرن العشرين..

ـ وعائلة "خان" في باكستان، وهي عائلة من اللاعبين المحترفين، سيطروا على اللعبـة فـي العقـد الخامس من هذا القرن، واستمروا في الستينات والسبعينات والثمانينات، ويُعد اللاعب " جافا بخير خـان" من باكستان ، أفضل لاعبي العالم في هذه الرياضة .

وهناك أيضاً اللاعبة " جانيت مورجان" وهي بطلة من إنجلترا من عام ١٩٥٠ إلى ١٩٥٩م، وقد فازت بعدة بطـولات أمريكيةوأسترالية، وهي أيضاً عضو فريق " ولف نويـل" البريطانيـة مـن ١٩٤٩ـ ١٩٥٩م.

ولعبة " الاسكواش" لعبة هامة جداً ، يلعبها الرؤساء وكبار المسئولين، وذلك لأنها تُنَشِّطُ الذِّهن، وتعمل على تركيز الانتباه، وتغسل هموم القلق والتوتر.

تعريفات ومصطلحات

ـ خط الـ "Board" هو الخط الأفقي الأدنى الذي يوضع أو يُحَدَّد على الحائط الأمامي .

ـ الكات لاين: هو خط على الحائط الأمامي حافته العليا تبتعد عن الأرض بمقـدار ٦ أقـدام، ويمتـد بعرض الحائط كله.

ـ ضربه الـ " let" هي ضربة غير محددة، ولذلك فإن اللعبة التي تحدث فيها " الليـت" لا تحتـسب، ويبدأ الرامي محاولته من جديد، ويقررها حكم المباراة وحده.

ـ خط نصف القاعة: هو الخط الذي يُقَسِّم الجزء الخلفي من القاعة إلى نصفين متساويين، طولـه ١٤ قدماً .

ـ خط الـ " Shat Line" هو الخط الذي يفصل بين منطقة وقوف اللاعبين وسقوط الكـرة ، وبـين باقي أرضية القاعة.

ـ مربع الـ "Service" هو مربع يوجد في أقصى يمين وأقصى يسار كل من نصف القاعـة الأيمـن والأيسر، طول ضلعه ٥ أقدام وهو منطقة وقوف اللاعبين.

رياضة الاسكواش الآن

الاسكواش رياضة تتطلب مهارة خاصة وتركيز شديد، لأنها بطولات تتطلب ثلاثة عناصر مجتمعة :

ـ اللياقة البدنية العالية، لأن اللاعب يمارس جميع الحركات البدنية أثناء ممارسته لهذه الرياضة.

ـ الخِفْةَ والمهارة، لأن المساحة الصغيرة التي تُقام بها المباريات تستلزم السرعة والخفة والرشاقة لمتابعة الكرة.

ـ التركيز العالي، لأن هذه اللعبة تتطلب التركيز الذهني وعدم القلق والتوتر وانفلات الأعصاب، لسرعة متابعة الاتجاه نحو الكرة، واللعب وصد الكرة وإعادتها للخصم في منطقة يصعب عليه لعبها بطريقة سليمة.

ورياضة الاسكواش انتشرت الآن في معظم أنحاء العالم، فنجد أن البطل أو المُصنف الأول إنجليزي والثاني أمريكي والثالث باكستاني والرابع مصري، مما يدل على انتشار رياضة الاسكواش في مختلف أنحاء العالم، لأنه لا يحتاج لمساحة كبيرة ولا يحتاج لأدوات باهظة التكاليف.

فرياضة الاسكواش رياضة برع فيها الباكستانيين ثم استولى عليها الإنجليز وهاهم رياضيو العالم الثالث ، وخصوصاً من مصر ، يقتربون من تملك ناصية لعبة الاسكواش عالمياً .

اختبر معلوماتك

١- تحدث عن خط الـــ Service .

٢- تحدث عن منطقة الـــ Board.

٣- تحدث عن مربع الـــ Service.

٤- اذكر ما تعرفه عن خط نصف القاعة .

٥- ما هي رياضة "الاسكواش" ؟

٦- ما الفرق بين رياضة الاسكواش وكرة المضرب ؟

٧- اذكر ما تعرفه عن تاريخ لعبة " الاسكواش " .

٨- من هم أشهر نجوم العالم في رياضة " الاسكواش" ؟

٩- ما هي متطلبات رياضة " الاسكواش" ؟

١٠- ما هي أشهر أخطاء لاعب " الاسكواش" ؟

١١- تحدث عن المواصفات القياسية لكرة ومضرب " الاسكواش" .

١٢- اذكر أهم الاختلافات بين " الاسكواش" الأمريكي والبريطاني.

١٣- للاسكواش عقوبات عديدة ضد الأخطاء : ما هي ؟

١٤- تحدث عن ميثاق شرف لاعبي " الاسكواش" .

١٥- ماذا تعرف عن واجبات حكَم مباراة " الاسكواش" وحامل الراية ؟

محتويات الكتاب

الكتاب القادم ← الشطرنج